

梅だより

e-**verde**



ベルジとはポルトガル語で「緑の」という意味です。
木々の枝葉や、若草のみずみずしい様子を表しています。

〒370-3104 群馬県高崎市箕郷町上芝 845-3

グランドホーム箕輪

☎ 027-371-3717 📠 027-371-3730

E-mail g-minowa@e-verde.co.jp URL <https://www.e-verde.co.jp>

発行責任者：専務取締役/支配人 大久保 健司

グラントホーム箕輪 2月 の出来事

節分 2月3日に節分行事を行いました。赤と青の鬼を作り「鬼は外、福は内」の掛け声で元気よく豆まきをされていました。笑顔や笑い声があふれ、邪気を払い福を呼び込むにぎやかなひと時となりました。今年一年も、皆様が健康で穏やかに過ごせますように職員一同願っております。



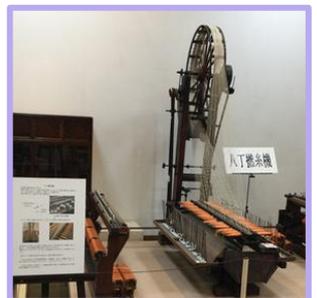
バレンタインデー



バレンタインデーにちなんだおやつ時間を準備させていただきました。温かいココアにハート型のマシュマロを浮かべました。ココアの甘く優しい味でゆったりとしたひとときを過ごしていただきました。

日本絹の里

近隣の日本絹の里へ外出しました。館内では、絹製品や養蚕に関する展示を見学し、養蚕をしていた方からは「懐かしい。」とお話をいただきました。美しい着物や織物をじっくりと観察されている様子も見られました。今後も安全に配慮しながら、楽しみのある外出行事を企画してまいります。



沖縄唄三線



沖縄三線の皆様にお越しいただき賑やかな時間を過ごしました。三線の軽快なリズムが響くと、会場の空気がぱっと明るくなり南国の風を感じるようなひと時となりました。演奏に合わせて、利用者の皆様も歌声を重ねて手にした打楽器でリズムを刻まれていました。「楽しかったよ。」「また聞きたいね。」といった声が聞かれ、音楽の力を改めて感じる一日となりました。これからも、皆様に喜んでいただける時間を大切にしていきたいと思います。



デイサービス

今月の運動レクリエーションではラップの芯に紙を巻いて先についているハートを引き寄せるレクを行いました。腕や手首をしっかり使う運動となり「がんばれー！」と応援の声も飛び交いながらホールは大いに盛り上がりました。順番に挑戦していただき、速さを競う形で実施。見事1番になられた方には、職員からの投げキッス(^ε^-)☆と、ささやかな景品をお渡ししました。



職員紹介

名前：正田 淳しょうだ あつし

職種：柔道整復師

趣味：家族旅行

沖縄が大好きです

挨拶：色々なボランティア活動をしています。

2018年の広島豪雨災害の時は、妻と車で11時間かけて行き、土砂が流入した

家から土砂を運び出すボランティアをし

2019年の台風19号長野豪雨災害では

千曲川の氾濫で浸水したリンゴ園から泥を除去するボランティアをしました。

骨髄ドナー登録もしていて、適合する方がいれば提供したいと思っています。



お知らせ

【介護医療連携推進会議】

介護医療連携推進会議開催のお知らせです。地域の方々をお招きし、市の関係職員や区長、民生委員などの地域の代表者との意見交換や、ご助言をいただく予定ですので、ご家族の皆様も是非ともご参加ください。

開催は3月24日(火)午後2時を予定しています。

よろしくお願いいたします。

編集後記

単独を意味する用語の「ソロ」と「活動」を組み合わせた「ソロ活」についてお話をさせていただきます。趣味や行楽、旅行、グルメなどを一人で満喫する活動です。ひとり時間と聞くと「ぼっち」「おひとり様」のような淋しいイメージをしてしまうかもしれませんが、ソロ活は自立している、行動力があるなど、ひとり時間を最大限に楽しむことができる前向きな言葉として現在は浸透しつつあります。

ひとり時間を楽しむソロ活の最大の魅力は、他人に縛られず過ごせるという事。ソロ活のメリットとして、ストレス軽減、リフレッシュ効果、決断力の向上、自己理解の進化、自信の獲得などが挙げられます。

具体的にソロ活の種類として、映画鑑賞、買い物、旅行、ドライブ、外食など。このようにソロ活が注目されてきた背景には、主に社会や個人の意識の変化があり、以前はネガティブに捉えられがちだった一人行動が、今ではポジティブなものへ変化しています。相手を気にせず、自分の思うように行動できるソロ活。まずは自分の興味のある事から気軽にひとり時間を楽しんでみてはいかがでしょうか。

ちなみに自分が最近行ったソロ活は映画鑑賞です。映画タイトルは『ほどなくお別れ』です。人気のある映画なのでご覧になられた方もいらっしゃると思いますが、涙腺崩壊です。

ソロ活で「涙活」も同時に行えてリフレッシュできました。「涙活」とは・・・また機会がありましたら紹介させていただきます。